



**HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN BERPEMANIS
DENGAN RISIKO OBESITAS PADA REMAJA DI SMA
NEGERI 53 JAKARTA**

SKRIPSI

LESTARIE LUHUR

2010711100

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

2024



**HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN BERPEMANIS
DENGAN RISIKO OBESITAS PADA REMAJA DI SMA
NEGERI 53 JAKARTA**

**SKRIPSI
Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

LESTARIE LUHUR

2010711100

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Lestarie Luhur
NIM : 2010711100
Tanggal : 02 Juli 2024

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 02 Juli 2024

Yang menyatakan,



(Lestarie Luhur)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lestarie Luhur

NIM : 2010711100

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Keperawatan program Sarjana

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya berjudul : Hubungan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Risiko Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 53 Jakarta.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 02 Juli 2024

Yang Menyatakan,



(Lestarie Luhur)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Lestarie Luhur
NIM : 2010711100
Program Studi : S-1 Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Risiko Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 53 Jakarta.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.kep.Kom.

Ketua Penguji



Ns. Chandra Tri Wahyu, S.Kep., M.Kes., M.Kep.

Penguji II



Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., Ph.D.
Dekan FKES UPN "Veteran" Jakarta



Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom.

Penguji III (Pembimbing)



Ns. Gamiya Tri Utami, M.Kep.
Ka.Prodi Keperawatan Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Seminar : 02 Juli 2024

HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN BERPEMANIS DENGAN RISIKO OBESITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 53 JAKARTA

Lestarie Luhur

Abstrak

Minuman berpemanis kemasan menempati posisi kedua dan ketiga dalam hal konsumsi minuman di Indonesia. Konsumsi gula sederhana berisiko 5,7 kali terhadap terjadinya obesitas. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 244 siswa kelas X di SMAN 53 Jakarta, prevalensi status gizi lebih pada siswa sebesar 24.1% dengan 18.4% diantaranya mengalami *overweight*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi minuman berpemanis dengan risiko obesitas pada remaja di SMA Negeri 53 Jakarta. Penelitian menggunakan uji *chi square* dengan pendekatan *cross sectional*, sampel berjumlah 221 responden yang dipilih sesuai kriteria melalui teknik *purposive sampling*. Data risiko obesitas didapatkan melalui pengukuran IMT, sedangkan konsumsi minuman berpemanis diukur berdasarkan frekuensi konsumsi minuman manis yang konversi menjadi asupan gula cukup (<50g/hari) dan asupan gula lebih (>50g/hari) melalui *Semi Quantitative Food Frequency*. Hasil analisis uji *chi square* didapatkan adanya hubungan antara konsumsi minuman berpemanis dengan risiko obesitas pada remaja di SMA Negeri 53 Jakarta. Siswa-siswi remaja dan pihak sekolah diharapkan dapat berkontribusi untuk membatasi dan mengontrol konsumsi minuman manis sebagai upaya menekan kejadian obesitas.

Kata Kunci: Minuman Berpemanis, Remaja, Risiko Obesitas.

THE RELATIONSHIP BETWEEN CONSUMPTION OF SWEETENED BEVERAGES AND THE RISK OF OBESITY IN ADOLESCENTS AT PUBLIC HIGH SCHOOL 53 JAKARTA

Lestarie Luhur

Abstract

Sugar-sweetened beverages take second and third place in terms of beverage consumption in Indonesia. Consumption of simple sugars has a 5.7 times risk of obesity. The results of a preliminary study conducted on 244 class X students at SMAN 53 Jakarta, the prevalence of overweight status in students was 24.1% with 18.4% of them experiencing overweight. This study aims to determine the relationship between sugar-sweetened beverage consumption and the risk of obesity in adolescents at SMA Negeri 53 Jakarta. The study was conducted on 221 respondents who were selected according to the criteria determined through purposive sampling technique. Obesity risk data was obtained through measurement of BMI, while consumption of sugar-sweetened beverages was measured based on the frequency of consumption of sweetened beverages which was converted into sufficient sugar intake (<50g/day) and more sugar intake (>50g/day) through Semi Quantitative Food Frequency. The results of the chi square test analysis showed a relationship between consumption of sugar-sweetened beverages and the risk of obesity in adolescents at SMA Negeri 53 Jakarta. Adolescent students and schools are expected to contribute to limiting and controlling the consumption of sugary drinks as an effort to reduce the incidence of obesity.

Keywords: *Adolescents, Obesity Risk, Sugar Sweetened Beverages.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga tugas akhir ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Hubungan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Risiko Obesitas pada Remaja di SMAN 53 Jakarta”. Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana, dan Ns,Mareta Dea Rosaline,M.Kep selaku Sekretaris Program Studi Keperawatan . Terima kasih penulis sampaikan kepada Ns.Sang Ayu Made Adyani,M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku dosen penguji utama pada seminar proposal, juga Ns. Chandra Tri Wahyudi,M.Kes.,M.Kep selaku dosen penguji II, serta Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing,

Di samping itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMAN 53 Jakarta yang sudah menerima saya dengan baik, juga kepada siswa-siswi di SMAN 53 Jakarta yang sudah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Selanjutnya ucapan terima kasih juga disampaikan kepada orang tua, serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu serta memberikan dukungan dalam penulisan skripsi ini.

Jakarta, 02 Juli 2024

Penulis



(Lestarie Luhur)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I. 1 Latar Belakang	4
I. 2 Rumusan Masalah	4
I. 3 Tujuan Penelitian.....	4
I. 4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Landasan Teori	6
II.2 Kerangka Teori	24
II.3 Penelitian Terdahulu.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
III.1 Kerangka Konsep	29
III.2 Hipotesis Penelitian.....	30
III.3 Definisi Operasional.....	31
III.4 Desain Penelitian.....	34
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian	35
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	38
III.7 Metode Pengumpulan Data	38
III.8 Instrumen Penelitian.....	40
III.9 Uji Validitas dan Reabilitas	41
III.10 Analisis Data	43
III.11 Etika Penelitian	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	50
IV.1 Hasil Penelitian	50
IV.2 Pembahasan	53
IV.3 Keterbatasan Penelitian	65

BAB V PENUTUP.....	67
V. 1 Kesimpulan.....	67
V. 2 Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi WHO	13
Tabel 2	Penelitian Terdahulu	25
Tabel 3	Definisi Operasional.....	32
Tabel 4	Perhitungan Jumlah Sampel Tiap Kategori.....	36
Tabel 5	Hasil Uji Validitas SQ-FFQ.....	42
Tabel 6	Kategori Kriteria Reliabilitas	43
Tabel 7	Analisis Univariat.....	44
Tabel 8	Analisis Bivariat	45
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan Orang Tua, Pekerjaan Orang Tua, Penghasilan Orang Tua, Uang Saku Harian di SMAN 53 Jakarta (n-221).....	50
Tabel 10	Distribusi Risiko Obesitas di SMA Negeri 53 Jakarta (n=221)	51
Tabel 11	Distribusi Konsumsi Minuman Berpemanis di SMA Negeri 53	52
Tabel 12	Analisis Hubungan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Risiko Obesitas pada Remaja di SMAN 53 Jakarta (n-221).....	52

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Patofisiologi Obesitas.....	14
Skema 2	Kerangka Teori.....	24
Skema 3	Kerangka Konsep.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Izin Uji Validitas
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data
- Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
- Lampiran 5 Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 6 Surat Persetujuan *Ethical Clearance*
- Lampiran 7 Informasi Penelitian
- Lampiran 8 Informed Consent
- Lampiran 9 Kuesioner Umum
- Lampiran 10 Kuesioner Minuman Berpemanis
- Lampiran 11 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner SQ-FFQ
- Lampiran 12 Hasil Analisis Univariat
- Lampiran 13 Hasil Uji Bivariat
- Lampiran 14 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 15 *Time Schedule*
- Lampiran 16 Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 17 Hasil Uji Turnitin